

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	17 <b>Sijmen Egberts</b>	HN1	6	O	<b>37.43</b>		
2	11 <b>Gert Wierda</b>	HN2	6	I	<b>37.89</b>		
3	3 <b>Elisa Dul</b>	DSA	3	O	<b>39.32</b>		
4	5 <b>Marijke Groenewoud</b>	DSA	5	I	<b>39.72</b>		
5	23 <b>Kim Talsma</b>	DN4	4	I	<b>40.37</b>		
6	9 <b>Melissa Wijfje</b>	DSA	2	O	<b>40.57</b>		
7	22 <b>Paulien Verhaar</b>	DSA	1	I	<b>40.63</b>		
8	4 <b>Irene Schouten</b>	DSB	3	I	<b>40.66</b>		
9	24 <b>Yael Prenger</b>	DN2	1	O	<b>41.38</b>		
10	15 <b>Bente Kerkhoff</b>	DN3	4	O	<b>41.55</b>		
11	25 <b>Lidia Tempert</b>	DN4	2	I	<b>42.43</b>		

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 1. Rituitslag 500 meter

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	22	<b>Paulien Verhaar</b>		DSA	39.85	<b>40.63</b>	
	rd	24	<b>Yael Prenger</b>		DN2	40.46	<b>41.38</b>	
		<b>Paulien Verhaar</b>			<b>Yael Prenger</b>			
		100m	11.10	(11.10)	100m	11.65	(11.65)	
		500m	40.63	(29.53)	500m	41.38	(29.73)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
2	gl	25	<b>Lidia Tempert</b>		DN4	41.91	<b>42.43</b>	
	bl	9	<b>Melissa Wijffe</b>		DSA	38.83	<b>40.57</b>	
		<b>Lidia Tempert</b>			<b>Melissa Wijffe</b>			
		100m	11.78	(11.78)	100m	11.48	(11.48)	
		500m	42.43	(30.65)	500m	40.57	(29.09)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	4	<b>Irene Schouten</b>		DSB	39.24	<b>40.66</b>	
	rd	3	<b>Elisa Dul</b>		DSA	38.66	<b>39.32</b>	
		<b>Irene Schouten</b>			<b>Elisa Dul</b>			
		100m	11.60	(11.60)	100m	11.11	(11.11)	
		500m	40.66	(29.06)	500m	39.32	(28.21)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	23	<b>Kim Talsma</b>		DN4	40.21	<b>40.37</b>	
	bl	15	<b>Bente Kerkhoff</b>		DN3	40.77	<b>41.55</b>	
		<b>Kim Talsma</b>			<b>Bente Kerkhoff</b>			
		100m	11.51	(11.51)	100m	11.77	(11.77)	
		500m	40.37	(28.86)	500m	41.55	(29.78)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	5	<b>Marijke Groenewoud</b>		DSA	38.57	<b>39.72</b>	
	rd							
		<b>Marijke Groenewoud</b>						
		100m	11.20	(11.20)	m			
		500m	39.72	(28.52)				

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	11 Gert Wierda		HN2		36.92	<b>37.89</b>	
	bl	17 Sijmen Egberts		HN1		37.31	<b>37.43</b>	
		<b>Gert Wierda</b>			<b>Sijmen Egberts</b>			
		100m	10.69	(10.69)	100m	10.43	(10.43)	
		500m	37.89	(27.20)	500m	37.43	(27.00)	

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 2. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	1 Bart Swings	HSB	6	I	3:38.51		
2	21 Hanahati Muramaiti	HSA	4	I	3:43.94	PR	
3	6 Tjerk de Boer	HSA	6	O	3:45.78		
4	11 Gert Wierda	HN2	8	O	3:46.77		
5	14 Jordy Harink	HSA	5	O	3:49.22	PR	
6	8 Sjoerd den Hertog	HSB	4	O	3:50.01	PR	
7	12 Daan Gelling	HN4	3	O	3:50.89	PR	
8	19 Wisse Slendebroek	HA2	3	I	3:56.03	PR	
9	7 Ids Bouma	HN4	5	I	4:00.68		
10	16 Sanne in 't Hof	DSA	2	O	4:06.17		
11	10 Arianna Pruisscher	DSA	2	I	4:10.57	PR	
12	13 Maaïke Verweij	DN4	7	O	4:18.95		
13	27 Hilde Noppert	DN4	1	O	4:22.97	PR	
	2 Jesse Speijers	HN3				WDR	

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 2. Rituitslag 3000 meter

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt rd	27 <b>Hilde Noppert</b>	DN4	4:24.21	<b>4:22.97</b> PR

### Hilde Noppert

m	200m	20.58	(20.58)
	600m	52.52	(31.94)
	1000m	1:25.38	(32.86)
	1400m	1:59.33	(33.95)
	1800m	2:34.30	(34.97)
	2200m	3:09.79	(35.49)
	2600m	3:45.95	(36.16)
	3000m	4:22.97	(37.02)

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl bl	10 <b>Arianna Pruisscher</b> 16 <b>Sanne in 't Hof</b>	DSA DSA	4:11.30 4:01.67	<b>4:10.57</b> PR <b>4:06.17</b>

### Arianna Pruisscher

200m	21.29	(21.29)
600m	53.22	(31.93)
1000m	1:25.81	(32.59)
1400m	1:58.56	(32.75)
1800m	2:31.33	(32.77)
2200m	3:04.13	(32.80)
2600m	3:37.01	(32.88)
3000m	4:10.57	(33.56)

### Sanne in 't Hof

200m	21.20	(21.20)
600m	52.38	(31.18)
1000m	1:24.33	(31.95)
1400m	1:56.47	(32.14)
1800m	2:28.57	(32.10)
2200m	3:00.87	(32.30)
2600m	3:33.51	(32.64)
3000m	4:06.17	(32.66)

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	19	<b>Wisse Slendebroek</b>		HA2		3:57.82	<b>3:56.03</b> PR
	rd	12	<b>Daan Gelling</b>		HN4		3:56.74	<b>3:50.89</b> PR

### Wisse Slendebroek

200m	19.89	(19.89)
600m	50.10	(30.21)
1000m	1:20.36	(30.26)
1400m	1:50.99	(30.63)
1800m	2:21.79	(30.80)
2200m	2:52.89	(31.10)
2600m	3:24.35	(31.46)
3000m	3:56.03	(31.68)

### Daan Gelling

200m	19.73	(19.73)
600m	49.30	(29.57)
1000m	1:19.14	(29.84)
1400m	1:49.33	(30.19)
1800m	2:19.64	(30.31)
2200m	2:50.14	(30.50)
2600m	3:20.22	(30.08)
3000m	3:50.89	(30.67)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	21	<b>Hanahati Muramaiti</b>		HSA		3:49.17	<b>3:43.94</b> PR
	bl	8	<b>Sjoerd den Hertog</b>		HSB		3:51.31	<b>3:50.01</b> PR

### Hanahati Muramaiti

200m	19.09	(19.09)
600m	47.91	(28.82)
1000m	1:17.47	(29.56)
1400m	1:47.03	(29.56)
1800m	2:16.43	(29.40)
2200m	2:45.49	(29.06)
2600m	3:14.66	(29.17)
3000m	3:43.94	(29.28)

### Sjoerd den Hertog

200m	19.31	(19.31)
600m	48.76	(29.45)
1000m	1:18.72	(29.96)
1400m	1:49.09	(30.37)
1800m	2:19.48	(30.39)
2200m	2:49.80	(30.32)
2600m	3:19.80	(30.00)
3000m	3:50.01	(30.21)

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	7 <b>Ids Bouma</b>		HN4		3:51.65	<b>4:00.68</b>	
	rd	14 <b>Jordy Harink</b>		HSA		3:53.57	<b>3:49.22</b>	PR
		<b>Ids Bouma</b>			<b>Jordy Harink</b>			
		200m	19.84	(19.84)	200m	19.93	(19.93)	
		600m	50.46	(30.62)	600m	49.56	(29.63)	
		1000m	1:21.21	(30.75)	1000m	1:19.22	(29.66)	
		1400m	1:52.48	(31.27)	1400m	1:48.99	(29.77)	
		1800m	2:24.13	(31.65)	1800m	2:18.85	(29.86)	
		2200m	2:56.07	(31.94)	2200m	2:48.87	(30.02)	
		2600m	3:28.18	(32.11)	2600m	3:18.88	(30.01)	
		3000m	4:00.68	(32.50)	3000m	3:49.22	(30.34)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	1 <b>Bart Swings</b>		HSB		3:38.03	<b>3:38.51</b>	
	bl	6 <b>Tjerk de Boer</b>		HSA		3:45.20	<b>3:45.78</b>	
		<b>Bart Swings</b>			<b>Tjerk de Boer</b>			
		200m	18.59	(18.59)	200m	18.74	(18.74)	
		600m	46.73	(28.14)	600m	48.20	(29.46)	
		1000m	1:15.09	(28.36)	1000m	1:18.16	(29.96)	
		1400m	1:43.47	(28.38)	1400m	1:48.20	(30.04)	
		1800m	2:11.90	(28.43)	1800m	2:17.81	(29.61)	
		2200m	2:40.43	(28.53)	2200m	2:47.02	(29.21)	
		2600m	3:09.14	(28.71)	2600m	3:16.21	(29.19)	
		3000m	3:38.51	(29.37)	3000m	3:45.78	(29.57)	

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
7	wt rd	13 <b>Maaïke Verweij</b>	DN4	4:08.14	<b>4:18.95</b>
		<u>Maaïke Verweij</u>			
	m	200m	22.19	(22.19)	
		600m	55.87	(33.68)	
		1000m	1:29.43	(33.56)	
		1400m	2:03.19	(33.76)	
		1800m	2:36.96	(33.77)	
		2200m	3:10.67	(33.71)	
		2600m	3:44.53	(33.86)	
		3000m	4:18.95	(34.42)	
	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	2 <b>Jesse Speijers</b>	HN3	3:44.50	<b>WDR</b>
	bl	11 <b>Gert Wierda</b>	HN2	3:42.63	<b>3:46.77</b>
		<u>Jesse Speijers</u>			
		<u>Gert Wierda</u>			
		200m	19.33	(19.33)	
		600m	48.71	(29.38)	
		1000m	1:18.45	(29.74)	
		1400m	1:48.00	(29.55)	
		1800m	2:17.41	(29.41)	
		2200m	2:47.07	(29.66)	
		2600m	3:16.90	(29.83)	
		3000m	3:46.77	(29.87)	



# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 3. Uitslag 5000 meter

---

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	26 Jesse de Lange	HN3	7	I	7:01.04		

---

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 3. Rituitslag 5000 meter

---

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
7	wt rd	26 <b>Jesse de Lange</b>	HN3	6:48.35	<b>7:01.04</b>
	<b>Jesse de Lange</b>				
	200m	19.83 (19.83)			m
	600m	52.47 (32.64)			
	1000m	1:25.11 (32.64)			
	1400m	1:57.26 (32.15)			
	1800m	2:29.34 (32.08)			
	2200m	3:01.48 (32.14)			
	2600m	3:33.86 (32.38)			
	3000m	4:06.51 (32.65)			
	3400m	4:39.71 (33.20)			
	3800m	5:13.45 (33.74)			
	4200m	5:48.56 (35.11)			
	4600m	6:24.22 (35.66)			
	5000m	7:01.04 (36.82)			

---

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 4. Uitslag 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	5 <b>Marijke Groenewoud</b>	DSA	2	O	<b>1:55.62</b>		
2	4 <b>Irene Schouten</b>	DSB	2	I	<b>1:56.50</b>		
3	15 <b>Bente Kerkhoff</b>	DN3	1	O	<b>2:01.18</b>	PR	
4	25 <b>Lidia Tempert</b>	DN4	1	I	<b>2:06.16</b>		

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 4. Rituitslag 1500 meter

---

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	25	<b>Lidia Tempert</b>		DN4		2:04.71	<b>2:06.16</b>	
	rd	15	<b>Bente Kerkhoff</b>		DN3		2:01.85	<b>2:01.18</b>	PR
		<b>Lidia Tempert</b>			<b>Bente Kerkhoff</b>				
		300m	27.75	(27.75)	300m	27.43	(27.43)		
		700m	59.05	(31.30)	700m	57.16	(29.73)		
		1100m	1:31.96	(32.91)	1100m	1:28.60	(31.44)		
		1500m	2:06.16	(34.20)	1500m	2:01.18	(32.58)		

---

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	4	<b>Irene Schouten</b>		DSB		1:52.12	<b>1:56.50</b>	
	bl	5	<b>Marijke Groenewoud</b>		DSA		1:53.99	<b>1:55.62</b>	
		<b>Irene Schouten</b>			<b>Marijke Groenewoud</b>				
		300m	26.63	(26.63)	300m	26.23	(26.23)		
		700m	55.95	(29.32)	700m	54.90	(28.67)		
		1100m	1:26.18	(30.23)	1100m	1:24.68	(29.78)		
		1500m	1:56.50	(30.32)	1500m	1:55.62	(30.94)		

---

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 5. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	3 Elisa Dul	DSA	4	I	1:15.77		
2	20 Sanneke de Neeling	DSA	3	O	1:17.05		
3	9 Melissa Wijfje	DSA	4	O	1:17.23		
4	23 Kim Talsma	DN4	3	I	1:18.32		
5	22 Paulien Verhaar	DSA	1	O	1:19.95		
	24 Yael Prenger	DN2				WDR	

# Trainingswedstrijd topteams en WCKT- deelnemers

Thialf - Heerenveen

## 5. Rituitslag 1000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	24 <b>Yael Prenger</b>	DN2	1:20.64		<b>WDR</b>
	rd	22 <b>Paulien Verhaar</b>	DSA	1:18.55		<b>1:19.95</b>
		<u>Yael Prenger</u>				<u>Paulien Verhaar</u>
				200m	19.05	(19.05)
				600m	48.48	(29.43)
				1000m	1:19.95	(31.47)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl					
	bl					
		<u>m</u>				<u>m</u>

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	23 <b>Kim Talsma</b>	DN4	1:17.24		<b>1:18.32</b>
	rd	20 <b>Sanneke de Neeling</b>	DSA	1:13.74		<b>1:17.05</b>
		<u>Kim Talsma</u>				<u>Sanneke de Neeling</u>
		200m	19.16	(19.16)	200m	18.76 (18.76)
		600m	47.80	(28.64)	600m	46.98 (28.22)
		1000m	1:18.32	(30.52)	1000m	1:17.05 (30.07)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	3 <b>Elisa Dul</b>	DSA	1:15.19		<b>1:15.77</b>
	bl	9 <b>Melissa Wijffe</b>	DSA	1:15.05		<b>1:17.23</b>
		<u>Elisa Dul</u>				<u>Melissa Wijffe</u>
		200m	18.58	(18.58)	200m	19.10 (19.10)
		600m	46.68	(28.10)	600m	47.75 (28.65)
		1000m	1:15.77	(29.09)	1000m	1:17.23 (29.48)